

Cardápio - Infantil 3, 4, 5 e 1º ano

Almoço - Integral / USchool Plus

Mês Setembro - 2026

ALMOÇO	Segunda-feira 31/08	Terça-feira 01/09	Quarta-feira 02/09	Quinta-feira 03/09	Sexta-feira 04/09
Saladas	Alface, tomate, beterraba e vinagrete	Alface americana, quiabo, alface crespa e tomate	Alface, tomate, repolho e escarola	Alface, tomate, agrião e acelga	Alface, tomate, mix de folhas e vagem
Prato Principal	Strogonoff de frango	Carne em tirinhas ao vinagrete	Filé de tilápia empanada	Frango em cubinhos com cheiro verde	Rocambole de carne
Opção	Omelete	Filé de frango grelhado	Carne moída com batatas	Ovo frito	Ovo cozido
Guarnição	Batata palha	Mix de legumes refogados	Purê de cenoura	Brócolis no vapor	Macarrão integral ao sugo
Prato Base	Arroz integral, arroz branco, feijão e grão de bico	Arroz integral, arroz branco e feijão	Arroz integral, arroz branco e feijão	Arroz integral, arroz branco e feijão	Arroz integral, arroz branco e feijão
Fruta	Mamão	Crema de baunilha com geleia de morango	Manga	Melão	Uva
Suco	Caju	Abacaxi	Limonada	Frutas amarelas	Maracujá



Cardápio - Infantil 3, 4, 5 e 1º ano

Almoço - Integral / USchool Plus

Mês Setembro - 2026

ALMOÇO	Segunda-feira 07/09	Terça-feira 08/09	Quarta-feira 09/09	Quinta-feira 10/09	Sexta-feira 11/09
Saladas	FERIADO	Alface, tomate e repolho colorido	Alface, tomate e beterraba cozida	Alface, tomate e brócolis cozido	Alface, tomate e cenoura cozida
Prato Principal		Filé de tilápia assada com pimentões coloridos	Filé de frango grelhado	Polpetone à parmegiana (muçarela + molho de tomate caseiro)	Sobrecoxa de frango assada
Opção		Carne moída refogada	Ovos mexidos	Lombo suíno assado	Omelete
Guarnição		Couve-flor assada	Purê de batatas	Batata assada	Milho refogado
Prato Base		Arroz branco, arroz integral e feijão	Arroz branco, arroz integral, feijão e feijão branco	Arroz branco, arroz integral e feijão	Arroz branco, arroz integral e feijão
Fruta		Laranja	Maçã	Sorvete caseiro de manga	Mix de frutas
Suco		Uva	Limonada	Laranja	Frutas vermelhas

Cardápio - Infantil 3, 4, 5 e 1º ano

Almoço - Integral / USchool Plus

Mês Setembro - 2026

ALMOÇO	Segunda-feira 14/09	Terça-feira 15/09	Quarta-feira 16/09	Quinta-feira 17/09	Sexta-feira 18/09
Saladas	Alface, tomate e milho	Alface, tomate e rúcula com manga	Alface, tomate e vinagrete	Alface, tomate e beterraba cozida	Alface, tomate e salada de berinjela
Prato Principal	Bife à rolê	Panqueca de frango	Feijoada (pernil em cubos, linguiça calabresa e bacon)	Rocambole de carne com creme de ricota	Tirinhas de frango
Opção	Iscas de tilápia	Ovo cozido	Frango em cubinhos	Ovo frito	Quibe de carne ao forno
Guarnição	Mix de verduras refogadas	Abobrinha assada	Farofa colorida e couve refogada	Penne à primavera (com legumes na manteiga)	Mandioquinha assada com alecrim
Prato Base	Arroz branco, arroz integral e feijão	Arroz branco, arroz integral e feijão	Arroz branco, arroz integral e feijão	Arroz branco, arroz integral e feijão	Arroz branco, arroz integral, feijão e grão de bico
Fruta	Goiaba	Docinho de banana (banana, cacau e leite em pó)	Pera	Melancia	Melão
Suco	Melancia	Abacaxi	Caju	Frutas tropicais	Goiaba



Cardápio - Infantil 3, 4, 5 e 1º ano

Almoço - Integral / USchool Plus

Mês Setembro - 2026

ALMOÇO	Segunda-feira 21/09	Terça-feira 22/09	Quarta-feira 23/09	Quinta-feira 24/09	Sexta-feira 25/09
Saladas	Alface, tomate, couve-flor e rúcula	Alface, tomate e caponata de abobrinha	Alface, tomate, tabule e milho	Alface, tomate cereja e brócolis cozido	Alface, tomate e rabanete
Prato Principal	Almôndegas de frango com chia	Feijoada (pernil em cubos, linguiça calabresa e bacon)	Lagarto assado ao molho madeira	Filé de frango à milanesa	Escondidinho do mar (peixe)
Opção	Picadinho de carne	Ovo cozido	Filé de frango	Panqueca de queijo branco	Ovo mexido
Guarnição	Macarrão integral ao sugo	Farofa de cenoura e couve refogada	Purê de abóbora	Creme de milho	Berinjela grelhada
Prato Base	Arroz branco, arroz integral e feijão	Arroz branco, arroz integral e feijão	Arroz branco, arroz integral e feijão	Arroz branco, arroz integral e feijão	Arroz branco, arroz integral e feijão
Fruta	Maçã	Abacaxi	Sorvete caseiro de manga	Banana	Uva
Suco	Manga	Uva	Limonada	Morango	Acerola



Cardápio - Infantil 3, 4, 5 e 1º ano

Almoço - Integral / USchool Plus

Mês Setembro - 2026

ALMOÇO	Segunda-feira 28/09	Terça-feira 29/09	Quarta-feira 30/09	Quinta-feira 01/10	Sexta-feira 02/10
Saladas	Alface, tomate e chuchu com ovos	Alface, tomate e beterraba cozida	Alface, tomate e rúcula com cebola	Alface, tomate e vagem cozida	Alface, tomate e ervilha
Prato Principal	Torta Madalena (purê com carne moída)	Carne de panela	Lasanha à bolonhesa	Filé de tilápia grelhado com aveia	Filé de frango com queijo e tomate
Opção	Lombo suíno assado	Ovo frito	Iscas de frango grelhadas	Omelete	Carne moída com abóbora
Guarnição	Palitinhos de cenoura cozida	Mandioca cozida	Mix de legumes assados	Macarrão integral ao sugo	Cuscuz de legumes
Prato Base	Arroz integral, arroz branco e feijão	Arroz integral, arroz branco e feijão	Arroz integral, arroz branco e feijão	Arroz integral, arroz branco, feijão e lentilha	Arroz integral, arroz branco e feijão
Fruta	Docinho de banana (banana, cacau e leite em pó)	Mix de frutas	Melancia	Mamão	Pera
Suco	Goiaba	Frutas amarelas	Morango	Caju	Maracujá

